

Утверждаю:
Заведующий МБДОУ
Ворон О.В.

Дата 16.06.2023

дата	наименование приёма пищи/наименование блюда	выход (гр)		калорийность(ккал)	
		ясли	сад	ясли10,5ч	сад10,5ч
16.06.23 Н2Д5	Завтрак: каша жидкая манная диета – каша гречневая на воде с м/р	150	200/200	151	154
	чай с лимоном	150/3/5	180/5/7	29	41
	хлеб / сыр Диета- вафли	30/10	40/10/60	70/36	94/36
	итого калорийность за завтрак			286	325
	обед: салат из капусты и огурцов свеж.	50	70	33,6	50,4
	рассольник Ленинградский	150	200	73	97,9
	котлеты рубленые	60	70	116	162
	картофель молодой отварной	130	160	130	146
	сок фруктовый	150	180	64	76,8
	хлеб ржаной	30	35	52,2	61,07
	итого калорийность за обед			468,8	593,8
	Полдник: пирожок с яблоками	80 (факт)	80 (факт)	188,1	225
	кисломолочный напиток диета- чай с сахаром	150	180 / 180	75	90
	итого калорийность за полдник			263,1	315
	ИТОГО: калорийность за день			1017,9	1233,8